

10 СЪПКИ, ЗА ДА СТАНЕШ ПО-ДОБЪР РОДИТЕЛ



1. ЛЮБОВТА Е НАЙ-ВАЖНАТА ПОТРЕБНОСТ НА ВСЯКО ДЕТЕ.

Но тя е и съществен фактор за дисциплиниране на детето. Колкото по-често показваш на детето любовта си като го прегръщаш, целуваш и му казваш „обичам те”, толкова повече то ще иска да докаже, че я заслужава. Любовта помага на детето да изгради увереност в себе си и чувство за собствената му ценност.

2. СЛУШАЙ ВНИМАТЕЛНО КАКВО ТИ КАЗВА ТВОЕТО ДЕТЕ

Интересувай се от това, което то прави и чувства. Уверявай детето си, че силните чувства не са нещо лошо, ако се изразяват по определен начин. Колкото по-често правиш това, толкова по-рядко ще ти се налага да дисциплинираш детето.

3. ДОРИ И В НАЙ-СИЛНАТА ВРЪЗКА НА ЛЮБОВ СА НУЖНИ ГРАНИЦИ, които хората могат да зачитат. Родителството предполага, наред с всичко останало, и поставяне на граници. Не забравяй, че е съвсем естествено и нормално едно дете да поставя на изпитание границите, които ти си поставил. Това не е непослушание, а просто част от процеса на научаване. Децата се чувстват по-сигурни, когато се придържаш към границите, които сам си поставил като родител (при условие, че са реалистични и справедливи), дори и да се оплакват понякога от тях.

4. СМЕХЪТ ПОМАГА ДА СЕ РАЗТОВАРИ СИТУАЦИЯТА.

Понякога родителите стават толкова сериозни, че родителството престава да ги радва. Обръщай внимание на забавната страна да бъдеш родител и се усмихвай винаги, когато това е възможно.

5. ГЛЕДАЙ НА СВЕТА С ОЧИТЕ НА ДЕТЕ и си представяй какво чувства детето ти! Това е начинът да разбереш неговото поведение. Спомни си как си се чувствал(а), когато си бил(а) дете и колко неразбираем ти се е струвал светът на възрастните, когато си имал(а) чувството, че се отнасят с теб несправедливо.

6. ИЗРАЗЯВАЙ ПОХВАЛИ И ПООЩРЕНИЯ КЪМ ДЕТЕТО СИ.

Очаквай добро държание от страна на детето си и го насърчавай да прави усилия, за да се държи добре. Не пести похвалите си за добро държание и се опитвай да игнорираш обратното. Колкото по-често мърмориш, толкова по-рядко детето ще те слуша.

7. УВАЖАВАЙ ДЕТЕТО СИ ТАКА, КАКТО БИ УВАЖАВАЛ ЕДИН ВЪЗРАСТЕН ЧОВЕК.

Позволи му да участва във вземането на решения, особено когато се отнасят пряко за него. Изслушай внимателно мнението му. Ако ще му кажеш нещо обидно, помисли как ще прозвучи то, ако го кажеш на някой голям човек. Извини се, ако си постъпил(а) неправилно.

8. ВЪВЕДИ ДНЕВЕН РЕЖИМ.

Децата ще се чувстват по-сигурни и по-лесно ще избегнеш конфликта, ако въведеш ясен дневен режим. Те ще се чувстват по-добре, ако си знаят часовете за хранене, спане и игра.

9. ВСЯКО СЕМЕЙСТВО СЕ НУЖДАЕ ОТ ОПРЕДЕЛЕНИ ПРИНЦИПИ, но се старай да има и гъвкавост за много малките деца. Когато сте въвели задължителните за вашето семейство принципи, бъдете последователни! Децата лесно могат да се почувстват несигурни, ако днес въвеждаш един принцип, а утре го отменяш. Понякога трябва да се въвеждат отделни принципи за поведение извън дома, които следва да бъдат обяснени на детето.

10. НЕ ЗАБРАВЯЙ СОБСТВЕНИТЕ СИ НУЖДИ.

Ако грижата започне да ти прилича на тежък труд и чувстваш, че губиш търпение, отдели време и за себе си. Направи нещо, което ти доставя удоволствие. Ако понякога почувстваш, че губиш контрол над себе си, или че всеки момент ще избухнеш срещу детето си, ще го обидиш или удариш, излез за малко, успокой се и преброй до десет.

Замислете се!

Факти, които може да ви учудят...

Понякога непослушанието и недисциплинираността са показателни за здравето на детето!

Децата по природа са любопитни и изпълнени с ентузиазъм. Това е причината понякога поведението им да е такова, че на родителите да им се струват непослушни, но би било много чудно, ако детето не пробва нови неща или пък не прави грешки. Това не означава, че на децата трябва да им се позволява всичко! Трябва да знаят правилата, задълженията във вашето семейство и да се научат да сътрудничат с другите. За да помогнете на децата да развият самоконтрола у себе си се изисква време и търпение.

Децата често не разбират защо ги наказват.

Изследванията показват, че правилата на възрастните са често много неясни за децата. Децата не винаги разбират какво лошо са направили, особено след като са им зашлевили плесница, тъй като са сърдити и притеснени, за да мислят ясно.

Децата имат право на позитивни възпитателни мерки.

Правителството на България се задължи да спазва разпорежданията на Конвенцията на Обединените нации за правата на детето. Тя гласи, че децата имат права, а едно от тях е правото на защита от всякакви форми на физическо и психическо насилие и преднамерено унижение.

Давайки на децата възможност да правят избор, им помагаме да се държат по-добре.

Не им се карайте за незначителни неща. Позволявайте им да правят собствен избор – сами да решават какво да облекат или какво ще ядат, за да не се чувстват засегнати от това, че непрекъснато ги контролирате. Такъв подход помага да се избегне раздразнение или неприятно държане от страна на децата.

Използваната информация е от уебсайта : <http://nasilie.eu/>